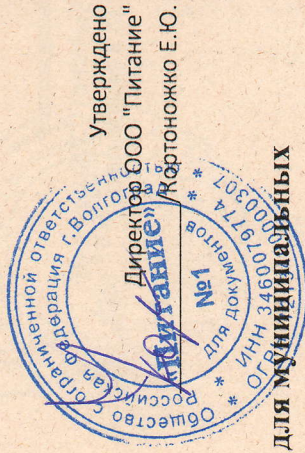


Согласовано:

Директор _____



Примерное 2-х недельное меню на горячее питание (Завтрак) для учащихся с 1 по 4 класс (7-11 лет), для муниципальных общеобразовательных школ

Использованная литература: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П. Могильного изд. Дели плюс, 2017 г

Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления. На основе Федерального бюджетного учреждения науки "Новосибирский научно-исследовательский институт гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора" 2022г- 275с

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: Дели принт, 2008. - 276с. Скурихин И.М., Тутельян В.А.

Среднесуточные наборы пищевой продукции для организации питания (минимальные) СанПиН 23/2.4.3590-20 Приложение №7, таблица №2

Масса порций для детей в зависимости от возраста (в граммах), к СанПиН 2.3./2.4.3590-20 Приложение №9

В рационе питания предусмотрено использование хлеба с содержанием микро и макронутриентов.

В рационе - йодированная соль; морская рыба. В меню включены сезонные овощи и фрукты.

Согласовано:

Директор _____



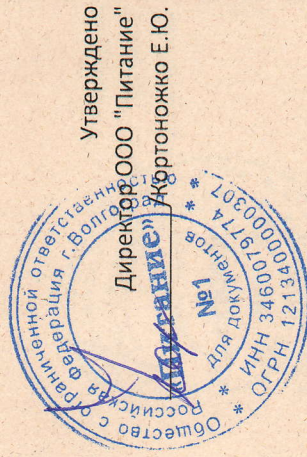
Наименование блюд	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал 7-11 лет	№ рец. по сбор.	Цена рубли
		Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет			

Неделя 1/ день 1

икра кабачковая консервированная	60	0,976	0,96	6,16	62,4	101/2004л	15
котлета куриная из п/ф с соусом сметанным с томатом 100/20	120	11,28	12,55	6,70	184,87	77/2/2022 - 331/2017м	35
макаронь отварные с маслом	150	5,4	4,9	32,8	196,8	203/2017м	15
чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	54-2гн/2022н	10
хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3,03
фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017м	18
Итого	660,0	20,6	19,1	80,3	603,5		96,03
Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5		

Согласовано:

Директор _____



Утверждено
Директор ООО "Питание"
А.А. Мартынов

Наименование блюд	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал 7-11 лет	№ рец. по сбор.	Цена рубли
		Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет			
2						1	

Неделя 1/ день 2

овощи по сезону в нарезке (помидор)	60	0,66	0,12	2,16	13,2	70/71/2017м	15
жаркое по домашнему	200	17,8	18,9	19,2	318,1	259/2017м	53
хлеб пшеничный	40	2,37	0,3	14,49	70,14	701/2010м	5,03
булочка сдобная	50	1,25	2,9	19,3	108,3	п.т	13
чай каркаде	200	0,16	0,08	7,18	30,08	54-45хн/2022н	10
Итого	550	22,24	22,30	62,33	539,82		96,03
Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5		



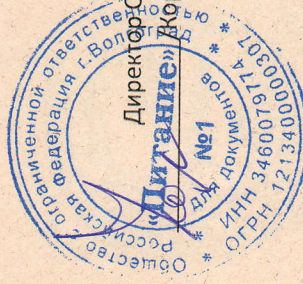
Согласовано: _____
Директор _____

Утверждено
Директор ООО "Питание"
И.Ю. Мортонюк

Наименование блюд	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность		Цена рубли
		Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет	ккал 7-11 лет	по сбор.	
2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	1	
Неделя 1/ день 3							
консервы закусочные (кукуруза)	60	1,2	0,2	3,5	22,1	133/2017м	17
плов из птицы	200	16,89	9,86	29,20	302,66	291/2017м	50
хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3,03
фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017м	14
чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	10,58	43,52	54-3гн/2022н	12
Итого	590,0	21,2	10,8	67,6	485,4		96,03
Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5		

Согласовано:

Директор _____



Утверждено
Директор ООО "Питание"
В.Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	№ рец.	Цена
		Б	Ж	У			
2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	1	
Неделя 1/ день 4							
свекла отварная с растительным маслом	60	0,88	3,6	4,96	55,68	52/2017м	15
рыба тушеная с овощами	90	10,7	8,9	6,3	148,1	229/2017м	33
каша рисовая рассыпчатая с маслом	150	3,78	6,38	37,29	221,7	171/2017м	20
хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	701/2010м	5,03
чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	54-2гн/2022н	10
булочка сдобная	50	1,25	2,9	19,3	108,3	п.т	13
Итого	580	19,18	22,08	92,72	646,24		96,03
Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5		

Согласовано:

Директор

Утверждено

Директор ООО "Питание"

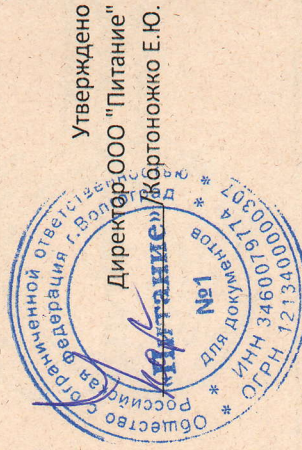
Воробейко Е.Ю.



Наименование блюд	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность		№ рец. по сбор.	Цена рубли
		Б'	Ж	У	ккал	7-11 лет		
2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	1	
Неделя 1/ день 5								
овощи по сезону в нарезке (огурец)	60	0,48	0,06	1,02	6		70/71/2017м	15
филе куриное в сливочном соусе с морковью	100	11,78	10,12	2,93	149,92		54-25м/2022м	46
каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	9,30	6,30	36,00	238,70		171/2017м	18
хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14		701/2010м	5,03
компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81		54-1хн/2022н	12
Итого	540	24,43	16,78	74,24	545,76			96,03
Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5			

Согласовано:

Директор _____



Утверждено
Директор ООО "Питание"
Е.Ю. Коротыножко

Наименование блюд	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность		№ рец. по сбор.	Цена рубли
		Б	Ж	У	ккал	7-11 лет		
2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	1	
Неделя 2/ день 6								
каша "Дружба" молочная с из смеси рисовой и пшенной крупы	200	9	11,18	24,1	233,65		54-167/2022н	31
блинчики с повидлом	70	3,15	3,68	21,95	133,52		399/2017м	30
фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00		338/2017м	20
чай каркаде	200	0,16	0,08	7,18	30,08		54-45гн/2022н	10
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14		701/2010м	5,03
Итого	600	15,08	15,64	77,52	514,39			96,03
Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5			

Согласовано:

Директор _____

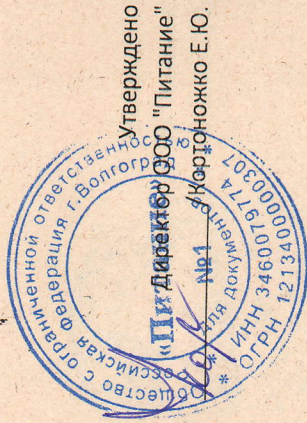


Наименование блюд	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность		№ рец. по сбор.	Цена рубли
		Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет	ккал 7-11 лет			
2	7-11 лет						1	

Неделя 2/ день7

овощи по сезону в нарезке (огурец)	60	0,48	0,06	1,02	6	70/71/2017м	15
котлеты домашние из п/ф с соусом сметанным с томатом 100/20	120	8,32	13,15	7,17	180,62	77/3/2022-331/2017м	46
каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	9,30	6,30	36,00	238,70	171/2017м	18
хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	701/2010м	5,03
чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	10,58	43,52	54-3гн/2022н	12
Итого	560	20,77	19,81	69,26	538,98		96,03
Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5		

Согласовано:
Директор _____



Наименование блюд	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность 7-11 лет	№ рец.	Цена
		7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет			
2						1	
Неделя 2/ день 8							
консервы закусочные (зеленый горошек)	60	1,7	0,1	3,5	22,1	131/2017м	17
плов из птицы	200	16,89	9,86	29,20	302,66	291/2017м	50
хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	701/2010м	4,03
компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	54-1хн/2022н	12
булочка сдобная	50	1,25	2,9	19,3	108,3	п.т	13
Итого	540	22,71	13,16	86,29	584,2		96,03
Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5		

Согласовано:

Директор _____

Утверждено
Директор ООО "Питание"
Жортоножко Е.Ю.



Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность		Цена рубли
		Б'	Ж	У	ккал	по сбор.	
2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	1	

Неделя 1/ день 9

свекла отварная с растительным маслом	60	0,88	3,6	4,96	55,68	52/2017м	15
печень тушеная с соусом	100	13,26	11,23	3,52	185,00	255/2017м	39
картофель отварной	150	3	5,94	23,7	112,2	125/2017м	15
хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	701/2010м	5,03
чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	10,58	43,52	54-3гн/2022н	12
сыр порция	15	3,5	4,4	0	53,8	3/2017м	10
Итого	555,0	23,3	25,5	57,3	520,3		96,03
Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5		

Директор _____

Общество с ограниченной ответственностью "Питание" (ООО "Питание")
ИНН 34/0600073774 ОГРН 1213400000307
г. Волгоград, ул. Советская, д. 121
Директор: [подпись]

Неделя 2/ день 10

Среднее значение за завтрак		20,82	18,47	74,64	554,63
Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20 в %		27,04	23,38	22,28	23,60
Потребность в пищевых веществах для обучающихся 7-11 лет по проекту СанПиН 2020		77,00	79,00	335,00	2350,00
Распределение ЭЦ				Норма	
				Завтрак	23,60 20-25%